2.094 Zeleninová obloha - reďkovka
l00 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, 1, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
reďkovka	1,50	1,20	2,00	1,60	2,50	2,00	3,00	2,40
hmotnosť porcie v g	12		16		20		24	

Výrobný postup

Reďkovku umyjeme, zbavíme zelených listov, umyjeme a pokrájame.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	12	3	0,13	0,0	0,0	0,5	0,2	4,8	0,1	0,000	0,0	0,0	3,1	0,0
B	16	4	0,17	0,0	0,0	0,6	0,2	6,5	0,2	0,001	0,0	0,0	4,1	0,0
C	20	5	0,22	0,0	0,0	0,8	0,3	8,1	0,3	0,001	0,0	0,0	5,2	0,0
D	25	6	0,26	0,0	0,0	0,9	0,4	9,7	0,3	0,001	0,0	0,0	6,2	0,0